

Меню-раскладка (05.07.2024)

Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Ясли				Сад				Витамин С	№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность		
							Б	Ж	У		Ккал	Б	Ж			
завтрак																
Каша рисовая молочная	150	200					5.69	6.9	28.96		161.5	5.9	7.7	30.3	174	55
масло сливочное			3	4	3	4										
крупа рисовая			18	20	18	20										
сахар			3	4	3	4										
молоко			130	180	130	180										
Батон с маслом	35	47					1.8	0.65	11.5		56	3.3	1.3	23	112	б/н
Батон			20	40	20	40										
масло сливочное			7	8	7	8										
Кофейный напиток	150	180					3.64	4.16	18.1		120.9	3.9	4.5	21.6	138	395
кофе			1	2	1	2										
сахар			13	14	13	14										
II завтрак																
Напиток из шиповника	150	200	20	20	20	20	0.68	0	23.05		94.9	0.68	0	23.05	94.9	б/н
шиповник (целый плоды)			20	20	20	20										
сахар			15	15	15	15										
вода			230	230	230	230										
Обед																
Суп "Кудрявый" со сметаной	180	230					2.53	4.6	17.1		117.9	2	5.2	9.3	90	80
картофель			100	100	75	75	5.11	6.64	19.6		158.6	5.11	6.64	19.62	158.6	
лук			11	11	10	10										
морковь			12	12	10	10										
масло сливочное			4	4	4	4										
пшено			8	8	8	8										
яйцо			19	19	17	17										
сметана			8	8	8	8										
вода			144	144	144	144										
Котлета из курицы	50	60					16.8	20.6	18.8		322	16.8	20.6	18.8	322	184.18
мясо курицы			0.043	4.286	0.03	0.107										
соль			0.001	0.107	0.001	0.107										
молоко			0.01	1.04	0.01	1.04										
мука			0.004	0.4	0.004	0.4										
масло сливочное			0.003	0.28	0.003	0.28										
Перловка отварная	50	60	40	45	40	45	3.3	2.9	19.6		112	3.3	2.9	19.6	112	84
масло сливочное			5	6	5	6										
Компот из сухофруктов с витамином С	150	200					0.17	0	21.1		82.3	0.17	0	21.1	82.3	0.05 376
сухофрукты			10	10	10	10										
сахар			13	14	13	14										
Хлеб пшеничный	58	67					2.31	0.9	14.9		78.6	3.08	1.2	19.9	104	б/н
Уплотнённый полдник																
Салат картофельный с солёными	40	60					0.8	5.5	4.3		67.1	0.8	5.5	4.3	67.1	37
картофель			39.5	39.5	29	29										
лук			7.3	7.3	5.8	5.8										
масло растительное			2	2	2	2										
огурец солёный			2	2	2	2										
морковь			21	21	17	17										
Чай	180.00	200.00					27.70	0.00	0.00		13.00					392
чай			0.20		0.20											
Ужин																
2 Ужин																
ВСЕГО	9955.85	1314	11270	1015.806	880.047	965.627	70.53	62.85	197.03		1384.8	45.04	50.04	210.57	1454.9	0.05